Как воспитывать ребенка?
Учреждения социального обслуживания семьи и детей
Книги для детей и родителей
Полезные подборки
- Полезные сайты в помощь родителям
- Делимся опытом: блоги самых известных мам рунета
- Родители и дети: фильмы для семейного просмотра
- Познавательные блоги и передачи для детей

Консультации специалистов
- Консультация психолога
- Консультация юриста
- Консультация специалиста по подростковой профориентации

Тесты
Моя новая семья
Многодетная семья
Отцовство
Имею право!
Финансовая грамотность
Инфографика для родителей
Территория безопасного детства
Семейные традиции

Сын спрашивает, почему я больше не люблю бывшего мужа (его отца)

Возраст ребёнка: 7 лет

Теги: 7-12 лет, развод родителей

Сын спрашивает, почему я больше не люблю бывшего мужа (его отца)

Развелись с мужем, когда старшему сыну было 6 лет. Разводу предшествовал достаточно долгий процесс осознания мной, что развод неизбежен. Были ссоры, мои слезы. Старалась, чтоб не при детях, но получалось по-разному. Старший в тот тяжелый для меня год стал снова плакать в детском саду, не отпускать меня утром, когда уходила, просил забрать его. Это был выпускной год из сада, с воспитателями точно все было нормально. Он так наш развод переживал. Итак, через год мы развелись, и я с детьми переехала в другой регион. На мой взгляд, наладилось абсолютно все: я стала спокойна, сижу дома с обоими детьми, старший пошёл в школу, у него множество новых друзей, кружков, интересов. Но… он все чаще стал спрашивать, почему я папу не люблю. И проецировать эту нелюбовь на себя. Говорить: его не любишь, значит, и меня не любишь. Он с нами не живет, и я не буду. К слову, их общению по телефону я не препятствую (вживую они виделись один раз на 1 сентября, отец живет за 800км). В разговоре стараюсь занимать нейтральную позицию относительно отца: не обвинять, но и не хвалить. Вообще не хочу о нем говорить. Мне все ещё больно: он ушёл от нас к другой женщине. Теперь мне важно, чтобы сын не считал меня во всем виноватой. Как с ним разговаривать?

Надежда

Здравствуйте, Надежда!

Ваша ситуация в целом понятна, однако в ней следует разобраться гораздо глубже. То, что Вы не препятствуете общению отца с ребенком, не обвиняете бывшего супруга, - это очень верная позиция. Но если Ваш сын продолжает задавать вопросы, он все еще испытывает потребность в информации. Стоит давать на вопросы мальчика более полные ответы, объяснять, почему Вам было нехорошо с мужем, рассказывать о том, что Вы приобрели после развода. При этом не стоит упрекать ни одну из сторон конфликта, объясняйте ситуацию развода с позиции обдуманного решения двух взрослых людей. Например, стоит сказать, что Вам с мужем было трудно в браке, что вы не могли реализовывать свои мечты и желания, что у вас оказались разные взгляды на жизнь или вы просто разлюбили друг друга и приняли решение жить отдельно.

Если Вашего сына интересует то, как происходит уход от любимого человека, как заканчиваются чувства, расскажите ему, что любовь между мужчиной и женщиной несколько отличается от любви родителей к ребенку. Дело в том, что в организмах влюбленных мужчины и женщины происходит ряд сложных химических реакций, включая активную выработку гормонов. Когда интенсивность реакций сходит на нет, мужчина и женщина договариваются о том, как дальше будет складываться их совместная жизнь, если же их представления о будущем сильно отличаются, они принимают решение о разрыве. Все заканчивается, молоко в стакане, спектакль в театре и любовь заканчивается. Выбор остается за человеком – продолжить действо, повторить его или закрыть дверь.

В случае с матерью и ребенком все происходит иначе. Да, во время беременности гормональный фон женщины меняется, но они необходимы для того, чтобы мама лучше чувствовала потребности ребенка и была с ним на одной волне. Любовь родителей к ребенку безусловна и не зависит от стадии развития их личности или состояния организма.

Понятно, что я сейчас подаю Вам эту информацию как взрослый взрослому, ребенку можно рассказывать об этом в виде сказки, рисунков или используя специальные книги. Главное, говорить на понятном ребенку языке, а также отвечать ровно в том объеме, который нужен мальчику.

Старайтесь не запрещать ему эти разговоры, не замалчивать неудобные для Вас темы, не игнорировать вопросы сына. Говорите мальчику о своих чувствах, тогда Вы приучите его к честности в отношениях и поспособствуете развитию эмоционального интеллекта. Если это возможно, попросите и бывшего супруга объяснить ребенку, что если его родители больше не вместе, это не значит, что они не любят своего сына.

Чаще обнимайте и поглаживайте ребенка, говорите, что любите его, прислушивайтесь к его потребностям. Сейчас самое главное - снять тревожное состояние мальчика и его сомнения в Вашей к нему любви. Если Вы чувствуете, что не справляетесь с ситуацией, обратитесь за очной консультацией к психологу, который поможет выстроить грамотный диалог с ребенком.

Удачи и всего самого доброго!

Ольга Дорохова,
психолог сайта «Я — родитель»

© 2023 Фонд поддержки детей,
находящихся в трудной жизненной ситуации

E-mail: editor@ya-roditel.ru
Карта сайта